आज का युग पूरी तरह से विज्ञान और तकनीक का युग है जिसमें इंटरनेट ने हमारी पूरी दुनिया को एक छोटे से गांव में बदल कर रख दिया है। आज से कुछ साल पहले जब इंटरनेट नहीं था तब लोगों को किसी भी जानकारी के लिए किताबों या अखबारों का सहारा लेना पड़ता था। लेकिन आज इंटरनेट की मदद से हम दुनिया के किसी भी कोने में बैठे व्यक्ति से पल भर में वीडियो कॉल के जरिए बात कर सकते हैं। शिक्षा के क्षेत्र में तो इंटरनेट ने एक बहुत बड़ी क्रांति ला दी है जिससे आज कोई भी छात्र घर बैठे दुनिया की किसी भी बड़ी यूनिवर्सिटी के कोर्स पढ़ सकता है। अब हमें किसी भी सवाल का जवाब ढूंढने के लिए कई घंटों तक भटकना नहीं पड़ता बल्कि एक क्लिक करते ही सारी जानकारी हमारे सामने आ जाती है। स्कूल और कॉलेज के प्रोजेक्ट बनाने में भी इंटरनेट बच्चों की बहुत मदद करता है जिससे उनका काफी समय बच जाता है। व्यापार के क्षेत्र में भी इसके बहुत सारे फायदे हुए हैं और आज लोग घर बैठे अपना ऑनलाइन सामान बेच और खरीद रहे हैं। डिजिटल पेमेंट के आ जाने से अब लोगों को अपने साथ बहुत सारा कैश लेकर घूमने की जरूरत नहीं है क्योंकि मोबाइल फोन से ही पैसे भेजे जा सकते हैं। बैंकिंग के सारे काम जो पहले बहुत मुश्किल होते थे अब इंटरनेट की वजह से कुछ ही मिनटों में मोबाइल से ही पूरे हो जाते हैं। सरकारी काम भी अब ऑनलाइन होने लगे हैं जिससे लोगों को दफ्तरों के चक्कर नहीं काटने पड़ते और भ्रष्टाचार में कमी आई है। मनोरंजन के लिए भी इंटरनेट एक बहुत बड़ा साधन बन गया है जहां लोग अपनी पसंद की फिल्में और खेल देख सकते हैं। सोशल मीडिया ने लोगों को एक दूसरे से जोड़ने का बहुत अच्छा काम किया है जहां हम अपने विचार दुनिया भर के लोगों के साथ साझा कर सकते हैं। लेकिन हर चीज की तरह इंटरनेट के भी कुछ बहुत बड़े नुकसान हैं जिन पर हमें गंभीरता से ध्यान देने की जरूरत है। आज के युवा इंटरनेट और मोबाइल फोन के इतने ज्यादा आदी हो गए हैं कि वे अपना कीमती समय इसी पर बर्बाद कर देते हैं जिससे पढ़ाई पर असर पड़ रहा है। लगातार स्क्रीन को देखने से आंखों की रोशनी कमजोर हो रही है और लोग मानसिक तनाव का भी शिकार हो रहे हैं। बाहर मैदान में जाकर खेलने की जगह अब बच्चे मोबाइल पर ही गेम खेलना पसंद करते हैं जिससे शारीरिक विकास नहीं हो पा रहा है। साइबर अपराध भी आज के समय की एक बहुत बड़ी समस्या बन गई है जहां कुछ बुरे लोग इंटरनेट के जरिए सीधे सादे लोगों के बैंक खातों से पैसे चुरा लेते हैं। इसलिए यह बहुत जरूरी है कि हम इंटरनेट का इस्तेमाल सावधानी के साथ करें। हमें अपने पासवर्ड हमेशा सुरक्षित रखने चाहिए और किसी भी अनजान लिंक पर क्लिक नहीं करना चाहिए। माता पिता को भी ध्यान रखना चाहिए कि उनके बच्चे इंटरनेट पर क्या देख रहे हैं। हमें तकनीक का गुलाम नहीं बनना चाहिए बल्कि इसका उपयोग अपने जीवन को बेहतर बनाने के लिए करना चाहिए। अगर हम इंटरनेट का सही दिशा में इस्तेमाल करेंगे तो यह हमारे लिए एक वरदान साबित होगा। असली खुशी और शांति हमें अपने लोगों के बीच रहकर ही मिलती है इसलिए अपनी असल जिंदगी को भरपूर जिएं। तकनीक हमारी सुविधा के लिए बनाई गई है न कि हमें इसका आदी बनाने के लिए। जब हम अपनी असल जिंदगी और इस डिजिटल दुनिया के बीच एक सही संतुलन बनाकर चलेंगे तभी हम सभी वास्तव